



Neues vom Ute Griessel Institut – Mai 2018

Danke, Ihr Lieben!

Tausend Dank für Eure spontane, herzliche Reaktion auf unsere Anfrage zum Datenschutz! Danke für Euer Interesse am Newsletter und für die ermutigenden, fröhlichen Worte! - Nun können immer noch kleine Fehler passiert sein, dass Menschen, die ihn weiterhin bekommen wollen, durch die Maschen gefallen sind, und andere, die ihn als erledigt betrachtet haben, irrtümlich im Verteiler geblieben sind. Bitte meldet Euch zur Nacharbeit! Aber das große Ganze ist geschafft.

Zu lesen gibt es diesmal:

1. Sa. 05. Mai: NLP-Kompakt „Gesund. Den Inneren Heiler wirken lassen.“
2. Di. 14. Juni: Info-Abend zur Master Coach Ausbildung
3. Rückblick auf die Masterzertifizierung 2018
4. Übung: Ein Ruhe-Anker nach Paul McKenna
5. Eine Geschichte von Herrn J. : Der Traum vom Segeln

1. Gesund. Den Inneren Heiler wirken lassen

NLP-Kompaktseminar am Samstag, 5. Mai 2018 von 10:00 – 17:00 Uhr

In unserer Serie „Der vierfache Weg“ widmen wir uns in diesem Seminar einem weiteren Archetypen, dem Heiler, der Heilerin. Bei manchen Menschen ist diese Begabung so ausgeprägt, dass sie ihren Beruf daraus machen: Ärzte, Pflegekräfte, Therapeuten . . . Aber auch in vielen anderen Berufen kann man das Interesse am Heilwerden und Ganz-Sein ausleben. Bei den Naturvölkern ist der Heiler eine Person, die den Weg aus einer Krankheit herausgefunden hat. Ein Stück weit steckt diese Kompetenz auch in jedem modernen Menschen. Wir alle haben die Fähigkeit, in uns hineinzuhorchen und zu verstehen, was der Körper braucht. Diesen Fähigkeiten wollen wir nachgehen und sie mit zeitgenössischen Coaching-Methoden aus dem NLP stärken.

Ein Flyer findet sich auf der Webseite www.nlp-kaiserswerth.de/aktuelles.

Anmeldung erbitten wir per Mail.



2. Ausbildung zum Master-Coach/DVNLP

Info-Abend Donnerstag, den 14. Juni 2018 von 18:30 – 21.00 Uhr

Es sind im Prinzip dieselben Eigenschaften, die für eine Karriere in einer Organisation und für eine erfolgreiche Freiberuflichkeit erforderlich sind:

Verantwortungsbereitschaft und exzellente Kommunikation. In der Weiterbildung „Master-Coach/DVNLP“ bereiten wir in einem Jahr auf beide Settings vor. Der NLP-Master ist Voraussetzung.

Von Führungskräften werden heute Coaching-Fähigkeiten erwartet: Mitarbeiter zu motivieren und zu fördern, sie zu begeistern und für große Ziele zu gewinnen, funktioniert nicht mit Anweisung und Kontrolle. Wir brauchen das Engagement und die Kreativität jedes Teammitglieds. Diese Quellen sprudeln nur unter einer flexiblen, kooperativen Führung. Diesen Führungsstil lernt man mit NLP.

Nicht wenige Führungskräfte streben nach einigen Jahren der Erfahrung in einer Firma oder Behörde eine freiberufliche Beratungstätigkeit an. Die Ausbildung zum Master-Coach setzt auf die berufliche Fachlichkeit und Feldkompetenz auf und gibt zusätzlich Schliff in der Gesprächsführung, so dass man wirklich effektiv und prozessorientiert beraten – und sich damit auf einem lebendigen Markt behaupten kann. Wir bilden sowohl für das Einzelcoaching, als auch für Team-Coaching und Team-Entwicklung aus.

Wir beginnen mit der Master Coach Ausbildung im Dezember 2018. Man kann man sich ab sofort anmelden. Flyer auf der Webseite unter www.nlp-kaiserswerth.de/nlp-ausbildung/nlp-master-coach/



3. Frisch-gebackene NLP-Master. Zertifizierung am 15. April 2018



Glücklich über die Rosen und mit Recht stolz auf das Zertifikat sind sie Absolventen und Absolventinnen des Masterkurses 2017/18. Auch die Lehrtrainerinnen sind unverkennbar glücklich und stolz auf diese Gruppe.

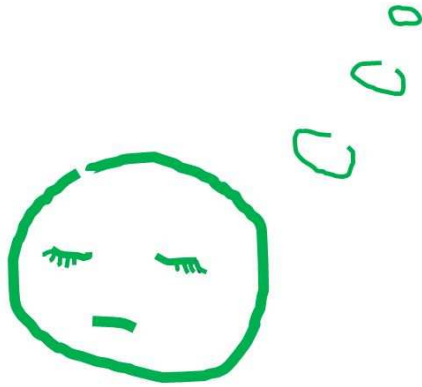
Assistenz: Ralf Bröcker

Wir danken Ralf Bröcker für die engagierte und kompetente Begleitung des Kurses. Ralf Bröcker ist Master Coach/DVNLP und arbeitet als Jugendleiter in Dinslaken. Er integriert sein Coaching-Angebot in die Gemeindefarbeit und wird von Jugendlichen und Erwachsenen als Berater in Anspruch genommen. Eine Besonderheit ist seine künstlerische Ader, die er als Maler und Geschichtenerzähler auslebt.



4. Übung: Ein Ruhe-Anker – nach Paul McKenna

1. Erinnere dich an eine Zeit, in der du völlig gelassen warst. Du hattest alles unter Kontrolle und warst mit dir selbst im Reinen. Kehre nun in diesen Zustand zurück. Sieh, was du damals gesehen und gehört hast. Spüre, was du damals gespürt hast. Wenn du dich nicht an eine solche Zeit erinnern kannst, stell dir einfach vor, wie wunderbar es wäre, eine vollkommene innere Ruhe zu empfinden.)
2. Wenn du in Gedanken diese Erfahrungen durchgehst, mach die Farben heller und kräftiger und die Gefühle intensiver. Drücke dann Daumen und Mittelfinger der rechten Hand zusammen, sobald du diese angenehmen Gefühle wahrnimmst. Auf diese Weise verbindest du den Druck der Finger mit dieser speziellen Emotion. Lass die Erinnerung mehrere Male vor deinem inneren Auge ablaufen, bis du ein angenehmes Gefühl von Ruhe und innerem Frieden verspürst.
3. Lass diese entspannende Erinnerung noch mindestens fünf Mal vor deinem inneren Auge ablaufen, während Du weiter Daumen und Mittelfinger kräftig zusammendrückst. Du hast die Ruhe-Erfahrung genau dann lange genug „geankert“, wenn Du nur noch die Finger zusammendrücken musst, um dich sofort an das Gefühl von Ruhe und Entspannung zu erinnern und zu spüren, wie es sich in Deinem Körper ausbreitet.
4. Je öfter Du diese Übung wiederholst, desto leichter wirst du Ruhe und Entspannung in Deinen Fingerspitzen finden.



5. Eine Geschichte von Herrn J. Der Traum vom Segeln

Isabel und Jens, unsere jüngsten Teamer, waren bei Susanne in Berlin geblieben. Ich war sehr froh darüber. Jens studierte und half Susanne in Haus und Garten. Isabel jobbte ein paar Stunden in einem Blumengeschäft. Sie hätte eigentlich Therapie gebraucht nach der völlig unverarbeiteten Scheidung ihrer Eltern. Aber das Leben bei Susanne, die Gespräche, die gemeinsame Arbeit im Haushalt waren wohl ebenso heilsam. Susanne lebte auf: Sie hatte wieder eine Aufgabe! Von Leere und Einsamkeit war keine Rede mehr. So war die Berliner WG in der herrschaftlichen Villa für alle ein Segen.

Eine Mail von Isabel überraschte mich. Sie schickte mir einen Traum, den sie aufgeschrieben hatte und ein Foto von einem Bild, von ihr selbst gemalt. Auf dem Bild war eine einzige große blau-graue Welle zu sehen, vor einem fast schwarzen Himmel, bedrohlich. Auf der Welle tanzte ein kleines Brett oder Boot. Dazu der folgende Traum:



Wir waren auf einem Segelboot, Jens und ich, du und J. und Peter und Andreas. Wir waren auf der Ostsee. Zuerst war das Wetter schön. Peter und Andreas konnten segeln. Und es war wohl auch ihre Idee gewesen, uns einen tollen Ferientag zu schenken – zumal J. so angestrengt war. Peter stand am Steuer, Andreas hatte die Leinen in der Hand. Wir anderen saßen in der Sonne, genossen den Wind und das Wiegen der Wellen.

Dann zogen Wolken auf, ziemlich rasch. Es wurde kühl, der Wind frischte auf. Die Wellen klatschten an die Bootswand, und wir schaukelten heftiger. Es fing an zu regnen. J. ging nach unten in die Kajüte, du folgtest ihm ins Trockene. Jens und ich fassten jetzt mit an beim Reffen und wieder Aufziehen der Segel - nach Andys Kommando. Es war hektisch. Ich ging dann auch runter. Und da sah ich: J. schlief! Er hatte sich auf die Sitzbank gelegt, den Kopf auf einem Kissen, und schlief tief und fest. Du nicht! Du sahst aus, als wäre dir schlecht.

Oben schrie Andy herum. Die Wellen gingen über Deck. Plötzlich hatte ich Panik, sie könnten Jens von Bord fegen. Ich ging die Stufen hoch: Er war noch da, aber klatschnass. Alle drei waren klatschnass und hatten Angst in den Augen. Die Segel waren längst eingerollt. Das Boot stieg hoch auf den Wellen und stürzte runter, bestimmt drei Meter. Man musste sich festhalten. Es gab nichts mehr zu steuern. „Mach den Motor an!“ schrie Jens. „Bloß nicht!“ schrie Peter zurück. „Wir verbrauchen nur unseren Sprit! Wir müssen einen Notruf absetzen! Halt mal fest!“ Er rief Jens an das Steuerrad und stolperte die Stufen herunter zur Technik. Aber der Bildschirm war schwarz und blieb schwarz, wie sehr er auch auf die Tasten hämmerte. „Scheiße! Schwimmwesten anziehen!“ Er sah sich um, und sein Blick fiel auf den immer noch schlafenden J. „Ich fasse es nicht!“ Er rüttelte ihn an der Schulter und schrie: „Ist Dir alles egal?! Wir gehen hier gleich drauf!“ J. erhob sich langsam und sagte: „Ruhe! Nur die Ruhe!“

Dann stieg J. die Stufen hoch an Deck und sah in das Toben der Elemente hinein: „Ruhe!“ sagte er noch einmal. - Da ließ der Sturm nach, und die Wellen legten sich. Übrig blieb nur ein sanftes Schaukeln. J. drehte sich zu uns um und sagte: „Warum habt ihr so viel Angst? Das ist doch nicht nötig!“ Er lächelte nachsichtig – und in dem Moment schob sich ein Sonnenstrahl durch die Wolken. Keiner sagte ein Wort. Er war uns plötzlich unheimlich. Es war, als ob Wind und Wellen ihm gehorchen.

Ich glaube, schloss Isabel ihren bemerkenswerten Brief, dass J. – wo auch immer er jetzt ist – mir diesen Traum geschickt hat. Ich versicherte ihr, dass es eine kostbare Erfahrung sei. Der Text sollte – mit ihrer Erlaubnis – einen Platz in meinem Buch bekommen.

Impressum: Dieser Newsletter wird herausgegeben vom Ute Griessl Institut in Düsseldorf-Kaiserswerth. Verantwortlich im Sinne des Presserechts: Renate Biebrach, Alte Landstr, 172 in 40489 Düsseldorf. Die Inhalte sind urheberrechtlich geschützt. Copyright © 2018. All rights reserved. Diese Mail wird aufgrund persönlich überlassener Kontaktdaten versandt und kann jederzeit abbestellt werden. <https://www.nlp-kaiserswerth.de/kontaktformular/>